



Grundschüler für mehr Bewegung sensibilisieren

Der Weiterbildungsgang Motopädie der Präha Weber-Schule stellt den Grundschülerinnen und -schülern der Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ ein Sinnesklassenzimmer zur Verfügung.

(Düsseldorf, 24.05.2017) Zunehmend häufiger weisen Kinder einen Bewegungsmangel und motorische Defizite auf. Darüber hinaus empfinden viele Schülerinnen und Schüler den Schulalltag als belastend. Entsprechend der Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollte insbesondere die Schule eine gesundheitsförderliche Umgebung für die Kinder darstellen, um dem Risiko für lebensstilbedingte Erkrankungen wie Übergewicht und Diabetes entgegenzuwirken. Neben einer ausgewogenen Ernährung und regelmäßiger körperlicher Bewegung ist die Möglichkeit der Entspannung und der Wahrnehmung des eigenen Körpers von großer Wichtigkeit für ein gesundes Heranwachsen. Aus diesem Grunde bietet die Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ des Deutschen Diabetes-Zentrums den teilnehmenden Grundschulen in Kooperation mit dem Weiterbildungsgang Motopädie der Präha Weber-Schule ein Sinnesklassenzimmer an. Unter dem Motto „Wir machen Bewegung mit Wahrnehmung und Freude bewusst!“ haben die Kinder die Möglichkeit, im Rahmen eines Sinnesparcours grob- und feinmotorische Spiele zu den einzelnen Wahrnehmungsbereichen durchzuführen und so neben der Schulung der Sinne auch neue Bewegungsformen zu entdecken. „Wir möchten den Kindern zeigen, dass Bewegung Freude macht und sich problemlos in den Alltag integrieren lässt.“, betont die Leiterin der Weber-Schule Susanne Schwalbe. „Neben dem Aspekt der Bewegung vermittelt das Sinnesklassenzimmer den Kindern ein Gefühl für den eigenen Körper. Dies kann sich ebenfalls positiv auf den Umgang mit Stress auswirken.“, unterstreicht Projektleiter Prof. Dr. Karsten Müssig die Bedeutung des Sinnesklassenzimmers.

Die von Prof. Dr. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstil-bedingten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter entgegenwirken. Die teilnehmenden Kinder absolvieren den aid-Ernährungsführerschein in Kooperation mit dem Bildungszentrum für Diätassistenten der Kaiserswerther Diakonie und das von der Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelte Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“.



Zusätzlich erleben die Schülerinnen und Schüler in dem Sinnesklassenzimmer des Weiterbildungsganges Motopädie der Präha Weber-Schule die Wahrnehmung ihres eigenen Körpers und ihnen werden in Kooperation mit der Initiative „Die bewegte Schulpause“ der Dietrich Grönemeyer Stiftung und dem Unternehmen Deichmann Entspannungsübungen vermittelt. Die beiden Krankenkassen IKK classic und KKH, diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe, das Sportamt Düsseldorf sowie weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen die Initiative und ermöglichen den teilnehmenden Schülern weitere attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf. Die SMS-Initiative wurde 2015 mit dem Unterstützerlogo von INFORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, und 2016 mit dem GUT DRAUF-Label der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ausgezeichnet.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: www.sms-mach-mit.de